

# ¿CONOCES LA ENCEFALOMIELITIS MIÁLGICA?

TAMBIÉN CONOCIDO COMO SÍNDROME DE  
FATIGA CRÓNICA

## CRITERIOS DIAGNÓSTICOS

Se recomiendan el uso de los: Criterios de  
Consenso Internacional de 2011

### AGOTAMIENTO NEUROINMUNE POS- ESFUERZO (ANPE)

Exacerbación de los síntomas en respuesta no proporcional a cualquier esfuerzo, incluyendo fatiga física y mental profunda e incapacitante, agotamiento extremo y dolor.

### FATIGA PERSISTENTE

- Intensa
- De nueva aparición
- No es resultado de otras actividades.
- No es consecuencia de esfuerzos mayores a los habituales.
- No mejora con el descanso.

### INCAPACIDAD PARA PARTICIPAR EN ACTIVIDADES ROUTINARIAS

Reducción de al menos el 50% del nivel de actividad previamente realizada

### DISFUNCIONES NEUROCOGNITIVAS

- Dificultad para procesar información
- Pérdida de memoria a corto plazo

### DISFUNCIONES NEUROLÓGICAS

- Dolor significativo
- Alteraciones del sueño
- Alteraciones neurosensoriales y motoras

### OTRAS DISFUNCIONES

- Hipersensibilidades
- Síntomas pseudogripales
- Síntomas digestivos y genitourinarios entre otros
- Disfunciones del metabolismo energético celular

SE TRATA DE UNA ENFERMEDAD  
CRÓNICA, MULTISISTÉMICA,  
DISCAPACITANTE Y COMPLEJA

## PREVALENCIA

40 – 60 AÑOS

EL 90% DE LAS  
PERSONAS  
ENFERMAS SE  
ESTIMA QUE  
ESTÁN SIN  
DIAGNOSTICAR

## ETIOPATOGENIA

Su etiología es desconocida, pudiendo ser  
multifactorial

### AGENTES INFECCIOSOS

### FACTORES AMBIENTALES

### PREDISPOSICIÓN GENÉTICA

## ¿QUÉ POSIBILIDADES TERAPÉUTICAS EXISTEN?

No existe un tratamiento específico para la  
encefalomielitis miálgica

### ¿QUÉ DEBEMOS HACER?

- Tratamiento sintomático personalizado
- **PACING:** Aprender a gestionar, dosificar y controlar el ritmo de las actividades

### ¿QUÉ NO DEBEMOS RECOMENDAR?

- Terapias basadas en la actividad física y el ejercicio, como la Terapia de ejercicio gradual
- Terapia cognitivo conductual